

## SURVEI TINGKAT KEJENUHAN AKADEMIK MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA SELAMA PANDEMI COVID-19

Nurul Istiqomah\*, Hamdani

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

\*nurul.17060464050@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk mengukur seberapa tinggi tingkat kejenuhan akademik mahasiswa selama proses pembelajaran daring berlangsung. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian survei. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian menggunakan angket MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory-Student Survey*). Penyebaran angket ini menggunakan *google form* dengan sampel penelitian berjumlah 40 mahasiswa yang terdiri dari kelas A,B,C, dan D pada jurusan pendidikan olahraga angkatan tahun 2019 Universitas Negeri Surabaya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah *mean* dan persentase kemudian dikategorikan menjadi beberapa kategori yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Pada angket terdapat 3 indikator yang digunakan yaitu *exhaustion*, *cynism* dan *professional efficacy*. Berdasarkan hasil analisis yang didapat pada indikator *exhaustion* dengan persentase sebesar 52% mahasiswa mengalami kelelahan yang berlebih pada akhir perkuliahan dan dapat dikategorikan sedang, nilai rata-rata sebesar 38%. Pada indikator *cynism* mahasiswa merasa kurang antusias pada perkuliahan dengan perolehan persentase sebesar 22% yang mana masuk pada kriteria rendah, rata-rata persentase sebesar 19% berkategori rendah. Pada indikator *professional efficacy* sebagian besar mahasiswa belajar tentang banyak hal yang menarik di dalam perkuliahan yang sedang dijalani dengan nilai persentase 77% sehingga dikategorikan tinggi, nilai rata-rata dari indikator ini dengan persentase 68% masuk pada kriteria tinggi. Dapat disimpulkan bahwa tingkat *burnout* mahasiswa berkategori sedang sehingga tidak mengalami kejenuhan yang berlebih.

**Kata Kunci:** tingkat kejenuhan; daring; pandemi covid-19

### Abstract

The purpose of this research is to measure how high the level of student academic burnout during the online learning process takes place. The type of research used was survey research. This research is quantitative descriptive. The research used the MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory-Student Survey*) questionnaire. The distribution of this questionnaire used a *google form* with a research sample of 40 students consisted of classes A, B, C, and D in the physical education department of the 2019 State University of Surabaya. The sampling technique used in this research was simple random sampling. Analysis of the data used was the mean and percentage then categorized into several categories, namely low, medium, and high categories. In the questionnaire there were 3 indicators used, namely *exhaustion*, *cynism* dan *professional efficacy*. Based on the results of the analysis obtained on the *exhaustion* indicator with a percentage of 52% students had excessive fatigue at the end of the learning and can be categorized as medium, the average value was 38%. On the *cynism* indicator, students felt less enthusiastic about lectures with a percentage gain of 22% which was included in the low criteria, the average percentage was 19% in the low category. In the *professional efficacy* indicator, most students learn about many interesting things in the learning that were being undertaken with a percentage value of 77% so that it was categorized as high, the average value of this indicator with a percentage of 68% was included in the high criteria. It can be concluded that the burnout level of students was in the medium category so that they do not had excessive burnout.

**Keywords:** burnout level; online learning; covid-19 pandemic

## PENDAHULUAN

Pemerintah juga membuat berbagai macam kebijakan agar penyebaran virus ini tidak meluas. Mulai dari pemberlakuan Pembatasan Sosial Berskala Besar yang disingkat menjadi PSBB, kemudian ada lagi yaitu Penerapan Pembatasan Kegiatan Masyarakat atau bisa disebut dengan PPKM sehingga ada beberapa peraturan yang dibuat agar tidak menimbulkan kerumunan masa mulai dari WFH (*Work From Home*) yaitu bekerja dari rumah dan kegiatan belajar mengajar juga dilakukan dari rumah. Adapun upaya yang dilakukan agar pembelajaran tetap berjalan di masa pandemi yaitu dengan adanya pembelajaran pada televisi lokal seperti *channel tv SBO* dan *TV9* dengan mendatangkan narasumber guru-guru terbaik, menjalin komunikasi secara intens oleh orang tua/wali peserta didik demi kelancaran proses pembelajaran yang dilaksanakan di rumah. Namun dampak yang ditimbulkan dari virus ini membuat semua orang merasakan kesulitan untuk melakukan berbagai macam aktivitas *outdoor* maupun di *indoor* seperti kegiatan belajar mengajar yang diselenggarakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah dan tinggi.

Pendidikan merupakan prosedur pada proses khusus sehingga orang mendapatkan pengetahuan, pemahaman, dan cara berkelakuan sesuai dengan yang dibutuhkan (Syah, 2014). Agar mendapatkan pengetahuan, pemahaman, dan cara berkelakuan yang baik maka dibutuhkan adanya belajar. Belajar merupakan aktivitas ter proses dan melambangkan bagian terpenting yang fundamental saat pengelolaan tiap-tiap model dan tingkatan pendidikan (Syah, 2014).

Selama masa pandemi mahasiswa menggunakan sistem pendidikan jarak jauh begitu pula yang terjadi di universitas negeri surabaya jurusan pendidikan olahraga. Menurut Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 dijelaskan bahwa pendidikan jarak jauh adalah pendidikan yang peserta didiknya terpisah dari pendidik dan pembelajarannya menggunakan berbagai sumber belajar melalui teknologi komunikasi, informasi, dan media lain. Penyebab memicu terjadinya transisi ini yaitu lantaran pembelajaran *online* dilaksanakan terlalu mendadak, sehingga dapat berimbas besar di kesiapan perguruan tinggi, dosen dan mahasiswa ketika melangsungkan pembelajaran yang belum memuaskan (Simatupang et al., 2020).

Proses pembelajaran selama pandemi menuntut sekolah maupun perguruan tinggi untuk tidak bertatap muka secara langsung namun proses belajar mengajar dilakukan dalam jaringan. Pembelajaran daring adalah teknik pembelajaran yang diselenggarakan tanpa bertemu secara langsung, namun memanfaatkan media elektronik sehingga dapat menunjang sistem belajar

mengajar yang dilaksanakan walaupun dengan tidak bertemu secara langsung. (Handarini, 2020). Beberapa aplikasi penunjang yang dapat digunakan untuk proses pelaksanaan pembelajaran berlangsung misalnya *google chrome*, *zoom*, *microsoft teams*, dll.

Selama perkuliahan daring berlangsung adapun kendala serta permasalahan yang dihadapi atau sering dijumpai oleh mahasiswa diantaranya ketika pelaksanaan kebebasan gerak mahasiswa terbatas sebab area yang kurang kondusif dan daya tampung mahasiswa saat menemani/mendalami mata kuliah yang diberikan tidak sederhana ketika diperhatikan (Prabowo, 2020), susah sinyal dikarenakan lokasi rumah ada yang berada di pedesaan atau pun di pesisir pantai, belum lagi kuota internet yang cepat habis, tidak memiliki alat pendukung seperti *smartphone* atau pun *laptop* dan yang paling dirasakan oleh siswa/mahasiswa adalah kejenuhan.

Perkuliahan daring menghubungkan antara mahasiswa dengan sumber belajarnya (buku, informasi, pendidik) meskipun raga tidak berjumpa atau bertemu secara langsung (Sadikin & Hamidah, 2020). Sistem perkuliahan daring tidak mengharuskan mahasiswa hadir di kelas, akan tetapi mahasiswa tetap dapat mengakses mata kuliah menggunakan perangkat internet (Anugrahana, 2020).

Mahasiswa pendidikan olahraga saat dihadapkan oleh pembelajaran daring kebanyakan merasakan bosan hingga kejenuhan yang dirasakan karena pembelajaran di kelas biasanya dilakukan bertatap muka dan praktik lapangan dilakukan berinteraksi langsung dengan dosen kini tidak lagi seperti itu. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu pada mahasiswa ke perawatan di Purwokerto sebelum adanya pandemi yaitu sebagian besar mahasiswa ke perawatan di Purwokerto menghadapi *burnout* peringkat sedang (Alimah, Swasti, & Ekowati 2016). Ketika menimba ilmu dari rumah, persoalan besar yang dijumpai oleh tenaga pendidik adalah ketika melaksanakan metode belajar di rumah (Simatupang et al., 2020).

*Academic burnout* atau kejenuhan akademik di definisikan menjadi keadaan lelah dikarenakan desakan studi, mempunyai perilaku sinis mengenai tugas perkuliahan dan rasa tidak percaya diri menjadi mahasiswa (Schaufeli et al., 2002). Namun adapun upaya yang dilakukan oleh pemerintah agar pembelajaran daring dapat berjalan dengan lancar. Contohnya pemerintah memberikan bantuan berupa kuota internet gratis bagi para pelajar, fasilitas komputer atau *laptop* di setiap daerah, dana bantuan potongan pembayaran SPP dan sebagainya.

Peran yang dibutuhkan agar pembelajaran daring berjalan dengan signifikan pendidik harus berperan

aktif, sekaligus peran orang tua sangat diperlukan. Peran orang tua dibutuhkan untuk mengawasi serta mengontrol proses pembelajaran anak selama pembelajaran berlangsung. Sinergi antara pendidik, wali maupun orang tua dan lingkungan sekitar yang nantinya akan menghasilkan bibit unggul yang berkualitas.

Kondisi yang dialami oleh mahasiswa jurusan pendidikan olahraga saat dilakukan wawancara pada beberapa mahasiswa mengatakan bahwa ada kendala yang dialami, yaitu salah satu diantaranya adalah jadwal perkuliahan yang berantakan karena tidak sesuai dengan siakad. Disini yang dimaksud adalah adanya jadwal jam yang tabrakan dengan jadwal mata kuliah lain.

Terdapat tiga indikator dalam penelitian ini yaitu *exhaustion*, *cynism*, *professional efficacy*. Dari masing-masing indikator tersebut memiliki definisi yaitu:

1. *Exhaustion* ialah sudut pandang mengacu pada reaksi penuh emosi yang berlebihan dan reaksi berkurangnya kemampuan emosional (Maslach & Leiter, 2016).
2. *Cynism* ialah sudut pandang beserta sikap tidak acuh kepada pembelajaran perkuliahan yang sedang ditempuh (Arlinkasari & Rauf, 2020).
3. *Professional efficacy* ialah skor rendah yang didapat oleh setiap individu pada sudut pandang ini akan membuat mahasiswa tersebut menjadi tidak memiliki kemampuan, sehingga membuat tugas-tugas yang diberikan terasa berat (Maslach & Leiter, 2016).

*Burnout* hampir sama dengan stres, ada beberapa solusi yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat *burnout* pada saat pandemi antara lain yang pertama yaitu melakukan aktifitas fisik yang teratur dan terukur hal ini sejalan dengan kebanyakan riset yang dilakukan oleh para peneliti dengan hasil yaitu individu yang melakukan aktivitas fisik mempunyai tingkat *burnout* yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang tidak melakukan aktivitas fisik. Yang kedua yaitu bimbingan konseling, bimbingan konseling di tingkat universitas mempunyai peran yang sangat penting karena merupakan suatu wadah bagi mahasiswa untuk berkonsultasi mengenai perkuliahan daring terutama pada saat pandemi yang rawan sekali membuat mahasiswa mengalami *burnout*. Yang ketiga yaitu mengatur jadwal, hal ini sangat berpengaruh terhadap kinerja setiap individu karena jadwal yang tertata secara sistematis membuat satu kegiatan dengan kegiatan lain tidak berbenturan sehingga dapat mencegah terjadinya *burnout* dan yang terakhir yaitu istirahat secara teratur, kondisi tubuh yang lelah dapat memperburuk tingkat *burnout* berbeda halnya jika istirahat dilakukan secara teratur otomatis akan mengurangi tingkat *burnout*.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian survei, data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner yang diberikan kepada mahasiswa melalui *google form*. Penelitian ini menggunakan angket MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory-Student Survei*). MBI dibuat oleh (Maslach & Jackson, 1981) lalu dikembangkan dan diperbarui oleh (Arlinkasari & Rauf, 2020) dalam versi bahasa Indonesia yang tersusun dari tiga indikator antara lain kelelahan (*Exhaustion*), sinisme (*Cynism*), dan *Professional Efficacy*. Item pertanyaan berjumlah 15 butir soal. Sampel penelitian ini melibatkan mahasiswa pendidikan olahraga, Universitas Negeri Surabaya, angkatan tahun 2019. Sampel penelitian berjumlah 40 mahasiswa mulai dari kelas A, B, C dan D. Teknik pengumpulan sample penelitian ini ialah *simple random sampling*. Analisis data yang dipakai yaitu mean dan persentase kemudian dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Penelitian ini digunakan untuk mengukur seberapa tingkat kejenuhan akademik mahasiswa selama proses pembelajaran daring berlangsung.

Teknik analisis data menerapkan persentase dengan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah keseluruhan soal × opsi jawaban

**Tabel 1 Interpretasi Nilai.**

Kategori	Frekuensi
Rendah	1 – 55
Sedang	56 – 161
Tinggi	162 – 240

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan analisis data terhadap mahasiswa pendidikan olahraga angkatan tahun 2019 maka didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 2. Indikator *Exhaustion*.**

No.	Pertanyaan	%	Kriteria
1.	Saya merasa tertekan secara emosional oleh perkuliahan yang saya jalani	38	Sedang
2.	Saya merasa sangat kelelahan pada akhir perkuliahan	52	Sedang

No.	Pertanyaan	%	Kriteria
3.	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus menjalani hari di kampus	33	Sedang
4.	Belajar atau masuk kelas benar-benar sebuah tekanan bagi saya	30	Sedang
5.	Saya merasa sangat kelelahan akibat perkuliahan yang saya jalani	37	Sedang
Rata - rata		38	Sedang

Pada tabel indikator *exhaustion* dapat dijelaskan bahwa separuh dari mahasiswa dengan persentase sebesar 52% mengalami kelelahan yang berlebih pada akhir perkuliahan dan dapat dikategorikan sedang. Nilai rata-rata indikator pada tabel ini sebesar 38%, persentase tersebut masuk pada kriteria sedang.

**Tabel 3. Indikator Cynism.**

No.	Pertanyaan	%	Kriteria
6.	Saya menjadi kurang tertarik dengan perkuliahan saya sejak terdaftar di universitas	16	Rendah
7.	Saya menjadi kurang antusias dengan perkuliahan saya	22	Rendah
8.	Saya semakin tidak yakin dengan manfaat dari perkuliahan yang saya jalani	19	Rendah
9.	Saya meragukan pentingnya perkuliahan yang saya jalani	20	Rendah
Rata - rata		19	Rendah

Pada tabel indikator *cynism* ini dominan mahasiswa merasa kurang antusias pada perkuliahan dengan perolehan persentase sebesar 22% yang mana masuk pada kriteria rendah. Rata-rata persentase yang didapat dari indikator ini sebesar 19% dengan kategori rendah.

**Tabel 4 Indikator Professional Efficacy.**

No.	Pertanyaan	%	Kriteria
10.	Saya dapat mengatasi masalah	66	Sedang

No.	Pertanyaan	%	Kriteria
	Perkuliahan dengan baik		
11.	Saya percaya bahwa saya adalah mahasiswa yang terlibat aktif di dalam kelas	59	Sedang
12.	Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik	60	Sedang
13.	Saya merasa bersemangat ketika saya meraih tujuan perkuliahan saya	75	Tinggi
14.	Saya belajar banyak hal menarik dalam perkuliahan yang saya jalani	77	Tinggi
15.	Saya merasa yakin mampu menyelesaikan aktivitas kuliah dengan efektif di dalam kelas	74	Tinggi
Rata - rata		68	Tinggi

Pada tabel indikator *professional efficacy* sebagian besar mahasiswa belajar tentang banyak hal yang menarik di dalam perkuliahan yang sedang dijalani dengan nilai persentase 77% sehingga dikategorikan tinggi. Nilai rata-rata dari tabel ini dengan persentase 68% masuk pada kriteria tinggi.

**Tabel 5 Persentase Hasil Burnout Akademik Mahasiswa Pendidikan Olahraga 2019**

Indikator	Total
<i>Exhaustion</i>	38%
<i>Cynism</i>	19%
<i>Professional Efficacy</i>	68%
Rata - rata	42%

Pada penelitian ini membahas tentang hasil persentase akademik *burnout* yang terdiri dari tiga indikator yaitu *exhaustion*, *cynism* dan *professional efficacy* dengan jumlah rata-rata 42% , sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat burnout mahasiswa pendidikan olahraga angkatan tahun 2019 kelas A,B,C dan D dari Universitas Negeri Surabaya berkategori sedang, hal ini sejalan dengan penelitian (Zis et al., 2021) tentang dampak pembelajaran daring terhadap tingkat kejenuhan mahasiswa dengan hasil rata-rata mahasiswa mengalami kejenuhan berkategori sedang di saat pandemi covid-19.

Ada beberapa faktor eksternal dan internal yang memungkinkan membuat tingkat kejenuhan mahasiswa

menjadi sedang (Firdaus et al., 2021). Antara lain faktor eksternal tersebut yaitu:

1. Tugas yang diberikan meningkat sehingga dapat memicu terjadinya kejenuhan (Livana, Mubin & Basthomi, 2020).
2. Adanya pembatasan sosial berskala besar yang membuat aktivitas fisik terhambat dan kebiasaan berinteraksi sosial dengan lingkungan sekitar juga ikut terhambat (Livana, Mubin & Basthomi, 2020).
3. Praktik lapangan terhambat karena kurangnya ketersediaan sarana dan prasarana (Livana, Mubin & Basthomi, 2020).

Adapun faktor internal yang juga dapat memengaruhi kejenuhan mahasiswa yaitu:

1. Strategi pembelajaran yang rendah juga dapat membuat munculnya kejenuhan pada mahasiswa sehingga tidak memiliki motivasi pada diri (Dianti & Findyartini, 2019).
2. Kurangnya motivasi belajar pada mahasiswa dapat menyebabkan terjadinya kejenuhan karena motivasi memberikan pengaruh yang positif (Dianti & Findyartini, 2019).
3. Masalah yang terjadi dalam perkuliahan membuat mahasiswa gelisah akan keterlambatan akademik (Cao et al., 2020).

## PENUTUP

### Simpulan

Secara menyeluruh kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu tingkat burnout akademik pada mahasiswa pendidikan olahraga angkatan tahun 2019 sebesar 42% yang masuk pada tingkat sedang. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa mahasiswa mengalami kejenuhan akademik. Begitu juga pandemi covid-19 yang sedang terjadi juga berpotensi memengaruhi tingkat kejenuhan akademik pada mahasiswa dari 3 indikator tersebut.

### Saran

Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam mengatasi persoalan yang terjadi pada mahasiswa untuk tetap giat dalam proses pembelajaran yang sedang berlangsung. Diharapkan pula pendidik dapat terus meningkatkan keterampilan dalam media pembelajaran bagi para mahasiswa. Sehingga akan memicu ide-ide kreatif dan inovatif dalam setiap pembelajaran yang diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

Alimah, S., Swasti, K. G., & Ekowati, W. (2016). Gambaran Burnout pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.2.709>

Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(3), 282–289. <https://doi.org/10.24246/j.js.2020.v10.i3.p282-289>

Arlinkasari, F., & Rauf, N. W. (2020). *Alat Ukur Academic Burnout*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10807.68006>

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>

Dianti, N. A., & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 7(2),

Firdaus, Ahmad., Yuliyanasari, Nurma., Noor D, Gina., Reza U, Muhammad. (2021). Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Hang Tuah Medical Journal*.

Handarini, O. I. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH). *eJournal Kedokteran Indonesia*.

Livana PH, Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). "Tugas Pembelajaran" Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. 3(2), 6. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior* (pp. 351–357). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00044-3>

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

Prabowo, M. (2020). Persepsi Siswa Terhadap Pembelajaran Daring Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19. 11. *Majalah Ilmiah Olahraga*.

Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *BIODIK*, 6(2), 109–119. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>

Simatupang, N. I., Sitohang, S. R. I., Patricia, A., & Simatupang, I. M. (2020). Efektivitas Pelaksanaan

Pengajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19 Dengan Metode Survey Sederhana. 7. *Jurnal Dinamika Pendidikan*.

Syah, M. (2014). *Psikologi Pendidikan dengan pendekatan baru* (cetakan ke-19). Bandung: PT Remaja Rosdakarya. [www.rosda.co.id](http://www.rosda.co.id)

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional

Yuliana, Y. (2020). Corona virus diseases (Covid-19): Sebuah tinjauan literatur. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(1), 187–192. <https://doi.org/10.30604/well.95212020>

Zis, P., Artemiadis, A., Bargiotas, P., Nteveros, A., & Hadjigeorgiou, G. M. (2021). Medical Studies during the COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 349. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010349>

